SOLO Di Pueblo

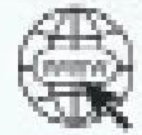
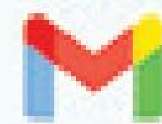
SOLO Di Pueblo

Afl. 1.25

BRIYANDO FUERTE • TRECIENDO CLARIDAD

DIALUNA 19 MAY 2025

ARUBA BANK TA DUNA SU SOSTEN NA "THE ROOTS OF RENEWAL PROJECT" COMO PARTI DI ARUBA DOET

 WWW.SOLODIPUEBLO.COM  SOLODIPUEBLO@GMAIL.COM

MEP na Clifford Heyliger (AVP)

HACI BO PROPIO INVESTIGACION PROME CU ACUSA HENDE DRECHI



UN BUNITA Y COLORIDO APERTURA DI COPA NOORD 2025



Proyecto deportivo na Baby Beach ta den su fase final

PRONTO NOS MUCHANAN Y HOBENNAN POR GOZA DI CANCHANAN DI TENNIS, VOLLEYBALL, PICKLEBALL, BASKETBALL



Recientemente fraccion di MEP a bishita Baby Beach pa mira e proyecto di e canchanan deportivo. Parlamentario Evelyn Wever-Croes a indica cu e proyecto aki a inicia bou ex Minister Dangui Oduber tempo cu financieramente e situacion tabata uno difícil pa Aruba.

160 PROYECTO, 3,500 BOLUNTARIO: ARUBA DOET 2025 TABATA EXITOSO!



UN BUNITA Y COLORIDO APERTURA DI COPA NOORD 2025













Diabierna ultimo tabata tin un bunita y 7 colorido apertura di Copa Noord 2025 organisa pa Sv Royal Power Tat Fat patronisa pa Heineken. Un total di 8 ekipo a desfila riba tono di New Generation Selection Brassband creando un dushi ambiente. Despues di a pasa saluda e invitadonan Eltienne Yarzagaray a canta e Himno di Aruba mientras e bandera di Aruba a bay halto. Endy Croes presidente di e Comision Organisador a hiba palabra contando poco historia di Copa Noord y felicitando nos baluartenan alabes a gradici tur cu a aporta.

Copa Noord 2025 a wordo dedica na 4 baluarte kendenan tur tin nan propio merito den deporte y un contribucion grandi na Copa Noord. Den compania di nan famia a brinda nan e honor cu nan merese. Johannes Poy Flanegin, Alvaro Barrios, Samuel Nel Frank y Francis Arcaya. Sigur un momento historico. Despues a bay over na tira lot. Finalmente a lansa e promer bala unda Alvaro Barrios a pitcha, Poy Flanegin tabata e bateador, Francis Acraya a para catcher y Nel Frank a fungi como umpire.

Pabien na baluartenan, pabien na organisadornan di Copa Noord 2025 cual a cuminsa tremendo cu un asistencia record di publico.

MEP na Clifford Heyliger (AVP)

HACI BO PROPIO INVESTIGACION PROME CU ACUSA HENDE DRECHI



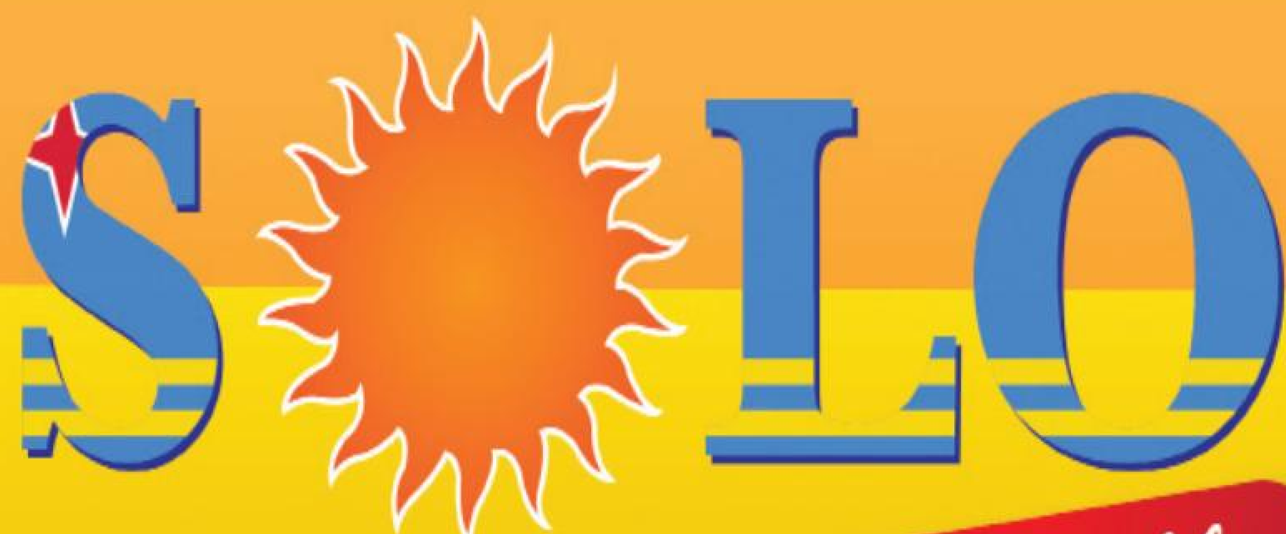
Den e dianan aki por mira e parlamentario nobo di AVP Clifford Heyliger, cu un atake formal contra MEP, siendo cu MEP no a hacie net net nada.
Ta obvio cu Clifford Heyliger su mes no a skibi tur e articulonan cu un lenguage asina baho, sino cu ta e PR di AVP a skibie p'e, y e mester djis ripiti loke nan bis'e. Esey ta e forma di opera di partido AVP cu nan politiconan nobo.

Loke a resalta mesora, un biaha mas ,ta cu sr Heyliger no conoce su trabou, tarea ni su responsabilidad como parlamentario. Algun dia prome e kier a gewoon cana drenta un departamento di gobierno pa papia cu empleadonan, pero esey no por, y corectamente nan a nenga Heyliger entrada.

Den e caso di WEB e mester realisa cu e tin un OTRO rol awor, no di sindicato ni empleado di WEB mas.
Den su comunicado e ta ataca miembronan di hunta di supervision di corupcion, pero no ta bisa kico specificamente. Bo no por lanta ta ataca hendenan profesional, sin base. Esey ta totalmente inaceptabel.

Despues den e mesun comunicado e ta referi na kehonan cu nan a entrega na OM como sindicato, cu OM a contesta caba. Awor e kier trece tur esey dilanti atrobe awo como parlamentario? A caso e ta kere cu parlamento por overrule OM?
Nos sa si cu e parlamentarionan di AVP y di Futuro ta nobo y no ta compronde e trabou ainda. No por tuma nan na malo. Hopi di nan no ta compronde e trabou y falta di experiencia y informacion. Ta bon pa Presidente di Parlamento yuda nan den esey.
Pero esey no ta hustifica cu nan ta ataca profesionalnan local.

Ta bon pa parlamentario Clifford Heyliger haci su propio investigacion prome, y no hasi "klakkeloos" loke AVP bis'e. No comete e blunder di Bermudez cu a pasa berguensa pa via di Gerlien Croes.



UNION DEN ACCION DI LIMPIESA GRANDI DEN NATURALESA DI SAVANETA

Diabierna, dia 16 di mei, Fundacion Savaneta Aruba a lansa un operacion di limpiesa impactante den e area natural di Savaneta, marcando un inicio exitoso den nan compromiso pa un medio ambiente mas limpi.

Cu un colaboracion solido entre City Inspector, Marinierskazerne y Serlimar, e prome dia di e iniciativa a resulta den un progreso significativo. E esfuerso a continua diasabra, unda Fundacion Savaneta a uni forsa cu Aruba Doet, sperando un participacion masal di 120 boluntario dedica pa sigui cu e trabou esencial di limpiesa.

E operacion di diabierna a conta cu sosten valioso di Aruba Tourism Authority (ATA), WEB Aruba N.V., Utilities Aruba N.V., y awa proporciona pa Metacorp. E apoyo aki a hunga un rol crucial den e exito di e prome dia, permitiendo e fundacion avansa den nan meta pa crea conscientisacion riba e importancia vital di un naturalesa sano y limpi pa Aruba.

Fundacion Savaneta ta expresa su gratitud profundo na tur e partner y boluntarionan cu a contribui n'e prome dia exitoso aki y ta anticipa un continuidad fructifero di e trabou durante e evento di Aruba Doet. E iniciativa aki ta un ehempel inspirador di con colaboracion comunitario por hiba na un impacto positivo pa nos medio ambiente.

GUARDA NOS COSTA Y MARINA REAL SAVANETA PRESENTE

Aruba ta duna asistencia na Sint Maarten

Diabierna atardi, Minister di Husticia mr. Arthur Dowers, a presenta na Aeropuerto Internacional Reina Beatrix, pa gradici un grupo di Guarda Nos Costa cu a mustra disponibilidad pa bay Sint Maarten hunto cu un grupo di Marina Real na Savaneta.

E meta di e biahe di ultimo ora aki pa Sint Maarten, ta pa yuda autoridad di nos isla ruman despues cu prisoneronan a rebeldia den Pointe Blanche Prison y pega parti di e facilidad coreccional na candela causando un situacion peligroso den e prison.

Minister Dowers, despues cu a ricibi e yamada for di su homologo di Corsou, a haci un yamada inmediatamente na Guarda Nos Costa pa duna sosten cu mantencion di orden den e prison. Lamentablemente, no por a tuma ningun di e prisoneronan di Sint Maarten aki na Aruba mirando e deterioro di nos propio Instituto Coreccional KIA.

David Leer, director di Guarda Nos Costa, a haci un apelacion na e personal pa duna un man na Sint Maarten y asina a logra haya 5 candidato bon prepara. E grupo di Guarda Nos Costa ta conta cu varios persona cu ta “gevangenisbewakers” cu amplio experiencia den situacionnan similar den prison.

Pa yuda mantene e siguridad na Sint Maarten, Defensa Hulandes a pone un avion militar disponibel pa transporta entre otro 16 mariniers di Savaneta y 5 miembro di Guarda Nos Costa pa Sint Maarten. Sergeant Koenders di Mariniers Kazerna Savaneta a ricibi e peticion for di nan coleganan na Sint Maarten pa duna asistencia mirando e situacion alarmante. Pa varios di e mariniernan aki, e ta un bon oportunidad pa haya experencia den tipo di operativo asina, mientras algun ya tin e experencia caba.





E grupo di Marina Real lo keda 5 dia na Sint Maarten, mientras e grupo di Guarda Nos Costa lo keda pa 10 dia, y si mester lo expande esaki cu algun dia mas.

Parlamentario Evelyn Wever-Croes

Proyecto deportivo na Baby Beach ta den su fase final

PRONTO NOS MUCHANAN Y HOBENNAN POR GOZA DI CANCHANAN DI TENNIS, VOLLEYBALL, PICKLEBALL, BASKETBALL Y MUCHO MAS







Recientemente fraccion di MEP a bishita Baby Beach pa mira e proyecto di e canchanan deportivo. Parlamentario Evelyn Wever-Croes a indica cu e proyecto aki a inicia bou ex Minister Dangui Oduber tempo cu financieramente e situacion tabata uno difícil pa Aruba. Afortunadamente cu un vision cla y hopi esfuerso el a logra cuminsa cu e bunita proyecto aki.

Añasnan atras Baby Beach tabata tin como 6 pa 8 cancha di tennis cu ya cu tempo a bin ta deteriorando. E canchanan aki sigur ta trece hopi nostalgia pa esnan cu ta cordanan. Danki na e vision di ex Minister Dangui Oduber, Baby Beach lo haya su canchanan bek pa asina comunidad por disfruta un biaha mas di nan. Lo ta bay tin canchanan di tennis, di pickleball, un cancha multifunctional, zaalvoetbal, basketball, y volleyball. E intencion di e gobierno anterior cu e proyecto aki ta pa trece deporte mas serca di pariba di brug.

Parlamentario Wever-Croes ta felicita ex Minister Dangui Oduber, Aruba Tourism Authority y tur esnan cu e bunita proyecto aki, cu ta den su fase final. Despues lo sigui cu e kiosk cu lo wordo remodela y completamente renoba. Unabes e ta cla, lo busca un persona pa huur e luga y cu por bin cu un operacion di food and beverage. Mas importante ta pa logra haya un persona cu por mantene e luga pa asina nos muchanan y hobennan por haci uzo y goza di dj'e. Masha pabien Aruba cu e bunita proyecto aki.

MINISTER DI HUSTICIA ARTHUR DOWERS TA CUESTIONA DETERIORO DEN DEPARTAMENTONAN DI GOBIERNO











Diaranson mainta, Minister di Husticia mr. drs. Arthur Dowers, a haci un bishita no anuncia na Warda di Polis na San Nicolas na unda e chef van dienst, onderinspecteur Lloyd Wever, a duna e mandatario un recorido den e facilidadnan di KPA San Nicolas.

Cada bishita cu e Minister haci, ta pa haya un impresion di e departamento y condicion real den cual e empleadonan publico mester eherce nan trabao diariamente. Minister di husticia a indica cu tin hopi reto pa atende cu ne na diferente departamento, entre otro Instituto Coreccional Aruba na unda gran parti di e edificio no ta optimal. Minister a ricibi conseho pa basha gran parti di e facilidad coreccional abao, pero no ta comparti e pensamento ey y ta mira mas den direccion di un renobacion riguroso, sino e edificio mes lo cay den otro.

Na e warda di Polis na San Nicolas, e situacion di e edicifio ta parcialmente den bon estado, aunke tin varios problema cu lekmento. E parti patras di e warda di Polis si ta den deterioro total. E compleho di hospedahe parti patras den e cura ta den pio estado cu cualkier cas di adicto. Ademas e cantidad di autonan confisca ta creando situacionnan no higienico pa esnan trahando eynan.

Contrario na e Warda di San Nicolas, e Warda di Playa ta nobo y bon manteni caminda a pone atencion riba e diferente aspecto na beneficio di e agentenan, y Minister Dowers ta di opinion cu lo mester incorpora esakinan den tur otro edificio.

Segun Minister Dowers, e surplus cu e gobierno anterior tabata gaba cu ne, tabata surplus di decadencia, deterioro, debe, falta di mantencion y inversion den capacitacion y tur esakinan, e gobierno aki tin cu bay atende cu ne. Segun Minister Dowers, esaki no ta nada nobo pa e gabinete anterior, esaki ta hustamente nan manera di crea fondo, door di para tur inversion y crea un decadencia den e aparato publico, pa despues e gobierno di e asignatura aki mester haci inversion cuantioso pa purba drecha mas tanto posibel pa nan no bay perdi

Minister Dowers ta sigura cu lo continua cu su bishitanan di sorpresa na e departamentonan cu ta resorta bao di su ministerio pa por inventarisa tur cos y traha un plan di maneho mas pronto posibel.

160 PROYECTO, 3,500 BOLUNTARIO: ARUBA DOET 2025 TABATA EXITOSO!











ORANJESTAD – Un otro weekend exitoso unda boluntarismo a briya riba nos isla, mustrando e curason grandi di nos comunidad unda 3,500 boluntario a bini hunto pa brinda sosten na 160 proyecto.

Diabierna mainta trempan a marca inicio di un otro edicion exitoso di Aruba Doet, cu presencia di Gobernador Interino Sr. Agustin Vrolijk, e organisadornan di Aruba Doet, prensa, y boluntarionan di Grupo Scout Sonrisa, un grupo di scouting pa personanan cu limitacion intelectual y/of fisico na Aruba. Director di CEDE ARUBA, Daniel Tecklenborg, a resalta e di 13 edicion di Aruba Doet, un iniciativa conhuntamente cu Oranje Fonds, presente tambe na Corsou, Boneiro, Saba, Statia y Sint Maarten.

E la enfatisa e importancia di boluntarionan como curason di nos comunidad y a duna gradicimento na tur boluntario, organisacion participante y Oranje Fonds pa nan dedicacion continuo na e iniciativa, demostrando cu Aruba Doet a bin pa keda. Gobernador Interino Sr. Agustin Vrolijk, a enfatisa e balor di Aruba Doet y e rol crucial di trabou boluntario pa e bienestar di nos comunidad, remarcando cu ta un dia special pa tur boluntario cu tin e oportunidad pa traha pa nan comunidad y a expresa su gratitud pa por ta parti di esaki. E la haci un apelacion un biaha mas pa tur hende registra, indicando cu tin trabou pa tur hende, y mas boluntario tin, mas bon trabou por wordo haci, y mas completo e comunidad di Aruba lo ta. E coordinadora di Aruba Doet, Paulien ter Meulen, tambe a tuma e oportunidad pa gradici tur boluntario, organisacion, coordinador, companianan y team di Aruba Doet pa haci tur esaki posibel.

E proyecto a wordo habri oficialmente cu e Gobernador Interino y Doeti poniendo e prome capanan di verf riba e speeltuin hunto cu su coleganan, pa asina yuda embeyece y renoba e speeltuin pa e mucha nan di Grupo Scout Sonrisa. E proyecto na Grupo Scout Sonrisa ta un di e hopi proyectonan bunita cu a tuma lugar durante e fin di siman aki. Aruba Doet ta gradici di curason tur cu a forma parti di e di 13 edicion, y ta spera cu e bon trabou boluntario por continua durante henter aña. Preparacion a cuminsa caba pa otro aña, y ta conta riba boso sosten atrobe! CEDE Aruba Beatrixstraat 8 T: (+297) 582 7666 M: (+297) 561 1644 F: (+297) 583 9076 Email: arubadoet@cedearuba.org Facebook: www.facebook.com/ARUBADOET Persona di contacto: Paulien ter Meulen



Un compromiso cu comunidad y bienestar social

MINISTER WENDRICK CICILIA A PARTICIPA DEN E 5K RUNWAY RUN DI AEROPUERTO INTERNACIONAL REINA BEATRIX









Diadomingo 6 or di mainta, Minister di Turismo, Transporte y Labor mr. Wendrick Cicilia, a participa pa prome biaha den e tercer edicion di e "5K Runway Run", un evento unico y inspirado organisa pa Wings of Hope, riba e pista di Aeropuerto Internacional Reina Beatrix.

Un total di 150 participante a haya e oportunidad exclusivo pa core 5 kilometer riba e pista di aterisahe, un experiencia unico cu un causa noble. Minister Cicilia tabatin e honor pa habri oficialmente e careda, y a surpasa personalmente e reto, terminando e ruta cu perseverancia y determinacion. E mandatario tabata acompaña pa amigo, Giovanny Villamizar unda ambos for di 5 or di mainta caba tabata riba pista pa warm up riba tereno di aeropuerto.

Wings of Hope, un fundacion caritativo forma pa un grupo di empleado di Triple A, tin como meta principal pa recauda fondo pa sostene fundacionnan local cu ta impacta positivamente nos comunidad. Pa e ocasion aki, a recauda fondo pa Fundacion Autismo y Fundacion Ban Uni Man pa Cria Nos Muchanan.

Fundacion Autismo ta brinda sosten na e personanan cu autismo, su famia y cuidadonan, mientras cu Fundacion Ban Uni Man pa Cria Nos Muchanan, ta percura pa tur mucha den necesidad por haya un desayuno cu ta algo basico den nan desaroyo educativo.

E dos fundacionnan a ricibi un donacion di 10 mil florin, un gesto cu sin duda lo fortalece nan metanan noble.

Minister Cicilia a expresa su gratitud na Wings of Hope pa e tremendo esfuerso den organisa e 5k Run aki cu ta genera fondo y duna esaki bek na comunidad.

E meta pa mehora bienestar di nos ciudadanonan, ta alinia cu e meta di Gabinete AVP-Futuro pa un comunidad cu empatia, inclusivo y comprometi cu bienestar pa un y tur.

ARUBA BANK TA DUNA SU SOSTEN NA “THE ROOTS OF RENEWAL PROJECT” COMO PARTI DI ARUBA DOET









19 di mei 2025 - Aruba Bank ta orguyoso di a forma parti di The Roots of Renewal Project, un iniciativa organisa como parti di Aruba Doet cu ta tuma lugar anualmente. E projecto aki a trece bida, bunitesa y un conexion nobo den e bario di Mabon durante un dia di colaboracion, creatividad y e amor pa duna un man.

Cu e apoyo balioso di 11 boluntario di Aruba Bank, e grupo a bin hunto bou di e lema “Bin yuda nos transforma y embeyece e parke di Mabon”. E iniciativa ta enfoka pa crea un espacio alegre y sostenibel pa e habitantenan di tur edad.

Durante e shift di mainta, Aruba Bank su boluntarionan a duna un man pa haci e tereno di e parke limpi, yuda verf y prepara mesa, stoel y lugar di weganan pa un evento comunitario yen di placer y interaccion. E energia y dedicacion di e team a set e base pa un celebracion feliz.

Aruba Bank ta keda comprometi na sostene projecto cu ta mehora bida y fortalece e laso entre barionan. E projecto aki ta refleha e banco su balornan di sostenibilidad, educacion y empoderashon.



Aruba Bank ta sumamente orguyoso di su team di boluntarionan cu a duna nan tempo y energia pa yuda haci e parke di Mabon un lugar mas bunita.

Aruba Bank kier gradici tur boluntario, organisado y miembronan di comunidad cu a contribui na e exito di “The Roots of Renewal Project”. Hunto nos ta sigui traha riba un Aruba mas briyante y uni.

Aruba a celebra diversidad cultural na Encuentro Multicultural

Diasabra anochi, den cuadro di e celebracion mundial di Dia Mundial di Diversidad Cultural pa Dialogo y Desaroyo, Prome Minister di Aruba, mr. Mike Eman hunto cu Minister di Turismo, Transporte y Labor mr. Wendrick Cicilia, a asisti na e di binti edicion di e Encuentro Multicultural Aruba, cu a tuma luga na Plaza Libertador Betico Croes.

E evento, organisa pa Departamento di Cultura, Gobierno di Aruba y UNESCO, tabata un homenahe na e rikesa cultural cu Aruba ta representa. Un isla cu un mescla unico di idioma, tradicion y origen, ta haci di Aruba un testimonio bibo di con diversidad por uni pueblo den un solo comunidad.

Durante e celebracion, Prome Minister Eman a enfatisa e importancia di un evento manera e Encuentro Multicultural, cu ta bay mas leu cu un acto simbolico. “E evento aki no ta un custumber, sino un compromiso pa paz, empatia y e bon comun. Un pais cu ta florece, ta paso su mayor rikesa ta su hendenan, ta su diversidad y su alma,” Prome Minister Eman a expresa den su discurso na un multitud cu ta procedente for di tur skina di mundo.

E anochi multicultural tabata yena di color, sabor y musica. Na e cantidad diverso di kiosko, tabata ofrece productonan autentico manera arte, cuminda tipico, musica tradicional, relato historico y expresion cultural. E celebracion aki ta netamente locual ta pone Aruba riba mapa como un pais cu ta brasa diversidad, un ehempel cu otronan por sigui.



Prome Minister a gradici tur esnan presente, reconociendo nan como e motor tras di nos comunidad vibrante y inclusivo cu a sa di biba den convivencia y construi e Aruba di pasado, presente y di futuro.

Diasabra anochi, den cuadro di e celebracion mundial di Dia Mundial di Diversidad Cultural pa Dialogo y Desaroyo, Prome Minister di Aruba, mr. Mike Eman hunto cu Minister di Turismo, Transporte y Labor mr. Wendrick Cicilia, a asisti na e di binti edicion di e Encuentro Multicultural Aruba, cu a tuma luga na Plaza Libertador Betico Croes.

E evento, organisa pa Departamento di Cultura, Gobierno di Aruba y UNESCO, tabata un homenahe na e rikesa cultural cu Aruba ta representa. Un isla cu un mescla unico di idioma, tradicion y origen, ta haci di Aruba un testimonio bibo di con diversidad por uni pueblo den un solo comunidad.

Durante e celebracion, Prome Minister Eman a enfatisa e importancia di un evento manera e Encuentro Multicultural, cu ta bay mas leu cu un acto simbolico. "E evento aki no ta un custumber, sino un compromiso pa paz, empatia y e bon comun. Un pais cu ta florece, ta paso su mayor rikesa ta su hendenan, ta su diversidad y su alma," Prome Minister Eman a expresa den su discurso na un multitud cu ta procedente for di tur skina di mundo.

E anochi multicultural tabata yena di color, sabor y musica. Na e cantidad diverso di kiosko, tabata ofrece productonan autentico manera arte, cuminda tipico, musica tradicional, relato historico y expresion cultural. E celebracion aki ta netamente locual ta pone Aruba riba mapa como un pais cu ta brasa diversidad, un ehempel cu otronan por sigui.

Prome Minister a gradici tur esnan presente, reconociendo nan como e motor tras di nos comunidad vibrante y inclusivo cu a sa di biba den convivencia y construi e Aruba di pasado, presente y di futuro.



E cuater miho shampoonan casero pa caba cu caspa



Cuanto hende ta sufri di caspa y no ta logra caba cun'e, apesar di a usa diferente producto! Na prome luga, ta fundamental ta berigua ki tipo di caspa nos tin.
A partir di e momento ey, nos por usa un di e shampoonan natural cu nos ta usa. Descubri den e articulo aki e 5 miho shampoonan casero pa pone fin na caspa.
Na e mesun momento, nos ta logra haya un cabey bunita, fuerte y sano. Laga nos purba!

Ki tipo di caspa nos tin?
Nos ta referi na e caspa ora cu nos ta observa puntonan chikito blanco den nos cuero di cabes. E por causa grawatashi of miho bisa, un aspecto sushi na nos cabey y ademas, nos ta supone un importante problema estetico.
Ta motibonan suficiente pa busc un solucion. No obstante, nos mester observa con pa berigua ki tipo di caspa e ta:

- Si e tin un aspecto seco y por causa picamento. Ta puntonan blanco cu ta keda riba e kraag di nos paña, ta trata di un caspa door di descamacion. Nos cuero di cabes mester di hidratacion.
- Si e tin un aspecto vet y geel y ora nos mishi e cuero di cabes nos ta sinti e textura oleoso, ta trata di caspa door di dermatitis seborreica. Nos cuero di cabes mester di ekilibra e vet y combati e fungus caracteristico di e caspa.

Si e caspa ta algo puntual, nos mester descarta cu e tin algo di haber cu un shampoo nobo cu nos ta usa, algun deficit nutricional of un labado escaso of excesivo di e cabey. E contamiacion di otro factornan ambiental tambe por influi.

Shampoo basico casero
Si nos kier un opcion natural pa combati e caspa, nos por opta pa un shampoo specifico liber di sulfato y parabeno. Tambe nos por añadi un azeta esencial na nos shampoo natural.
Nos ta recomenta realisa nos propio shampoo casero cu ingredientenan natural y añadi na nan despues algun di e azetanan esencial anticaspa cu nos propone segun nos tipo di cabey. A continuacion nos ta comparti e receta basico.

Ingrediente
Pa prepara e shampoo casero nos mester di e siguiente ingredientenan:

- ½ cup di gel di aloe vera (125ml)
- Un cup di glicerina likido natural (250ml)
- 1 cup di juice di lamunchi (15ml)
- ½ cuchara di azeta di coco (8ml)
- 15 gota di azeta esencial anticaspa eligi.

Elaboracion

- Pa elabora e shampoo casero aki, solamente nos mester mescla tur e ingredientenan den un boter y sacudi'e bon. Semper nos mester bolbe sacudi'e prome cu use.
- Si e azeta di coco ta solido, nos por pone na baño di Maria te ora cu e dirti. E ora e lo ta cla pa mescla cu e resto di e ingredientenan.

Ki azeta esencial mi ta añadi?
Tur azeta esencial cu nos propone a continuacion, ta yuda nos combati caspa. No obstante, cada un di nan ta aporta propiedadnan diferente cu nos mester eligi den funcion di nos tipo di cabey.
E azetanan esencial mester ta semper puro. Riba su label nos mester haya e nomber na Latin. En caso contrario, ta posibel cu e esencianan ta sintetico sin ningun propiedad pa elimina e caspa.

1. Tea tree
Tea tree ta un di e azetanan mas popular pa combati tur tipo di infeccion. Den e caso di caspa, en especial si e ta vet, e sa ta relaciona cu un fungus. Pa e motibo aki, e ta un azeta hopi efectivo pa elimin'e.
Su holo ta un poco fuerte, pa cual nos ta recomenda meskl'e cu algun di e siguiente azetanan mas aromatico. Nos mester evita su contacto directo cu e wowonan.



2. Menta
Menta ta ideal pa tur tipo di caspa, pero en especial pa esun cu ta caracterisa pa un exceso di vet. Ademas, e ta proporciona frescor y ta aliva e picamento.
E azeta aki tambe ta un bon remedi pa stimula e cuero di cabes y preveni caida.
Por lo tanto, por ta un shampoo hopi adecuado pa tur.

3. Lavander
E lavander ta e azeta esencial pa tur, danki na tur su multiple propiedadnan. E ta antiseptico y calmante y ademas e ta destaca pa su delicioso y relahante aroma. E ta ideal pa e caspa seco y vet.
Ademas, e azeta no solamente tin e virtudnan medicinal, sino cu tambe tin e capacidad di potencia e efecto di otro azeta. Pa e motibo aki, nos por combin'e cu cualkier di e otro azetanan cu nos propone.

4. Citrico
Tur e azetanan citrico (lamunchi, apelsina, grapefruit, mandarin, lima) ta yuda nos regula e vet, combati e caspa di tipo vet y aporta hopi briyo na nos cabey.
Ademas, e azetanan esencial aki tin un delicioso holo y segun aromaterapia, ta contribiu na mehora nos estado di animo. Di hecho, e ta destaca su propiedadnan andidepresivo.

MINISTER DI DEPORTE GERLIEN CROES TABATA PRESENTE NA CAS BON TAEKWONDO CUP









Diasabra ultimo a tuma luga den Centro di Bario Brazil Cas Bon Taekwondo Cup 2025. Cas Bon Taekwondo Cup tabata e prome clasificacion pa Best of the Best 2025 y Minister di Deporte Sra. Gerlien Croes tabata presente pa wak Taekwondo.

Minister di Deporte tabata contento di por a asisti na e prome evento di Taekwondo di 2025 y a presencia nos atletanan den accion bringando pa Bestfighter y Best Team.

E evento a cuminsa for di mainta y a caba despues di merdia cu presencia di mayor y famianan cu a bin pa apoya e atletanan.
Presidente di Aruba Taekwondo Federation a desea tur hende exito y a splica Minister mas di Taekwondo.

Brazil Taekwondo Stichting ta gradici Minister di Deporte Sra. Gerlien Croes pa su presencia y tur hende cu a asisti na Cas Bon Taekwondo Cup 2025.

Cualnan ta e beneficionan di consumi pepino cu frecuencia



Consumi pepino cu frecuencia ta hopi beneficioso pa salud. Ta trata di un berdura cu tin hopi propiedad beneficioso pa nos curpa.
Principalmente pasobra e ta aporta un gran cantidad di awa, loke ta convirti'e den un alimento abao den caloria, hopi provechoso pa adelgasa.
Aunke casi tur hende ta pensa cu pepino ta un vegetal, en realidad ta trata di un fruta, ya cu e ta pertenece na e mesun famia cu ta inclui e milon, calbas y patia.
No obstante, ta sosode cu pa su sabor un tiki marga nos a custumbra di come den salada y otro preparacionnan similar.
Awe nos lo contabo den detaye e rasonnan pa cual ta hopi conveniente pa bo inclui e pepino den bo dieet. Mester consumi'e preferiblemente cu casca, cual ta rico den fibra.
Esaki lo yuda nos alivia algun inconveniente relaciona cu stima, manera acidez y pesadez.

Pepino den dieet
Pepino ta otorga bo hopi poco caloria, ya cu gran parti di su contenido ta awa. E aporte calorico pa cada 100 gram ta di apenas 13 caloria, di cual 97% ta likido.
Alabes, e ta abao den carbohidrato y tin un contenido eleva den vitaminanan A, B, C y D, mescos cu mineralnan. Entre nan ta destaca hero, potasium, fosforus, calcium y magnesium.
Finalmente, e ta contene hopi fibra, pa cual consumi pepino cu frecuencia ta excelente pa dieetnan cu finnan di perdida di peso. Pa su gran balor nutricional, nos por bisa cu e ta un alimento extraordinario, ya cu e ta brinda beneficio pa e distinto areanan di nos organismo.

Beneficionan di consumi pepino cu frecuencia pa e cuero
Un di e usonan mas conoci di pepino ta relaciona cu e tratamentonan estetico. E casca tin cantidadnan grandi di vitamina C y acido cafeico. E micronutrientenan aki ta permiti reduci inflamacion, alivia iritacionnan cutaneo y en general, yuda pa mantene e cuero sano.
P'esey, e ta wordo usa cu frecuencia den tur tipo di tratamento pa e cuero y pa e contorno di e wowonan.
Fuera di esey, pepino tambe ta yuda combati enfermedadnan dermatologico manera psoriasis, eczema y acne.
Awo bon, e casca di pepino no solamente ta bon pa usa di forma externo. Tambe por bebe manera un shake. Cu awa y lamunchi e lo permitibo limpia y depura e organismo.

Beneficionan pa e tehidonan
E ingrediente aki ta contene cantidadnan importante di un componente conoci como silice. E compuesto aki tin e capacidad di fortalece y regenera e tehidonan di nos curpa.
Entre e mas faborecidonan pa e ingesta di pepino nos ta haya e musculonan, e tendonnan, cartilago, ligamento y eso. Ta trata di un rason mas cu suficiente pa consumi pepino cu frecuencia como parti di un dieet.

Beneficionan pa e sistema cardiovascular
Pepino ta rico den diverso mineral manera e potasium y magnesium y den firbra, den cual ta contribui cu un bon salud cardiovascular.
Dicho micronutrientenan aki ta faborece e circulacion di sanger, yudando preveni e aumento of den su defecto, reduci e presion arterial.

Beneficionan pa e digestion
A proposito di su alto contenido den mineral y vitamina, ora consumi pepino cu frecuencia, e ta yuda nos evita acidez y pesadez den e stoma.
Esey mester ta debi na su aporte di awa, fibra, magnesium y potasium. No obstante, mester tene presente cu e mineralnan aki por hay'e mayormente den e casca, asina di percura pa no kit'e.
Di igual manera, pepino ta funciona como un excelente diuretico, debi na s composicion acuoso. Tambe, e ta yuda elimina vet ubica den e tehidonan y evita e retencion di likido.

Pepino como protector
Ademas di tur e beneficionan cu nos a menciona, ta ideal consumi pepino cu frecuencia dentro di e dieet ya cu ta resulta un extraordinario mecanismo pa proteha nos di factornan extremo cu por causa nos daño.

- Na prome luga, e ta drecha e mucosa intestinal y estomacal, pa cual e ta proteha ambos organo, simultaneamente e ta elimina e toxinanan.
- Pepino tambe ta yuda na e bon estado di nos defensanan. E ta conta cu un alto contenido di vtima di B compex, cu ta reforsa e sistema inmunitario. Di e mesun forma, vitamina C cu ta preveni verkoud y ta faborece e procesonan di cicatrisacion.
- E ta defende nos di e elementonan toxico cu por ta presente den alimentonan cu nos ta ingeri y en general, den medio ambiente.

Contraindicacion
Apesar di tur e beneficionan cu nos a splica, ta existi algun contraindicacion. Principalmente, pepino ta contene un componente conoci como cucurbitacina, cu consumiendo den cantidadnan grandi, por causa gas y indigestion.
Pa e rason aki, ta recomenda consumi pepino di forma modera na esnan cu ta sufri constantemente di indigestion y gas.
Por ultimo, pepino ta altamente diuretico, pa cual por produci deshidratacion. Sin embargo, pa esaki sosode, ta necesario di a consumi un cantidad hopi halto di pepino.

MINISTER PRESIDENT EMAN:

REGERING BEZIG MET STUDIE OM 5% AZV-PREMIE VOOR AOV'ERS TE VERMINDEREN OF AF TE SCHAFFEN





Seroe Janchi, Aruba – Minister President Mike Eman woonde vanochtend een warme sociale bijeenkomst bij in Seroe Janchi, waar hij samen met zijn echtgenote Doina een gezellige ochtend deelde met een groep gepensioneerden. De bijeenkomst werd mogelijk gemaakt door de familie Arends–Kelly, die de Premier en zijn echtgenote wilden verrassen met een dankbetuiging namens de ouderen uit de wijk.

Tijdens de bijeenkomst werd er niet alleen genoten van smakelijke hapjes, maar vooral van dankbare gesprekken met de aanwezigen. De gepensioneerden spraken hun waardering uit voor het beleid van de regering AVP-Futuro en de toewijding van Premier Eman, waaronder de verhoging van de AOV met 250 florin en het herstel van de AZV-dekking voor eerder geschrapte medicijnen.

Premier Eman benadrukte dat deze stappen het resultaat zijn van gezamenlijke regeringsinspanningen, en vroeg een applaus voor de ministers Mervin Wyatt Ras, Gerlien Croes, Geoffrey Wever, Wendrick Cicilia en Arthur Dowers. Ook de fracties van AVP en Futuro dragen volgens de Premier wezenlijk bij aan dit beleid.

"Een samenleving wordt niet sterker als we de zwaksten vergeten. Onze ouderen verdienen zekerheid, respect en waardigheid," aldus Premier Eman.

Bij deze gelegenheid kondigde Minister President Eman aan dat het kabinet AVP-Futuro momenteel een studie uitvoert om de 5% AZV-premie die gepensioneerden betalen, te verlagen of zelfs volledig af te schaffen voor personen met een jaarinkomen onder de 30.000 florin.

"We zijn aan het kijken naar een eerlijke oplossing. Als je je hele leven gewerkt hebt en een klein pensioen ontvangt, dan mag je van de overheid verwachten dat ze je niet met extra lasten opzadelt," zei de Premier.

"Wij zijn er voor de mensen. Zeker voor wie het moeilijk heeft. De waardigheid van onze ouderen is geen sluitpost op de begroting, maar een moreel kompas voor ons beleid."

De bijeenkomst werd afgesloten met een warm applaus voor Premier Eman en een belofte van de aanwezigen: de ouderen van Seroe Janchi blijven zich inzetten voor hun gemeenschap en staan pal achter het beleid dat hun levenskwaliteit zichtbaar verbetert.

Copa Noord 2025 organisa pa Royal Power Tat Fat y Heineken:

Calabas Blue Jays ta aplasta Bad Boys mediante Black Out 21-0 den e wega di apertura



Copa Noord 2025 a celebra un bunita y colorido apertura diabierna ultimo na veld di Kudawecha. Durante e ceremonia a reconose y homenahea 4 baluarte na kendenan Copa Noord 2025 ta wordo dedica. Johannes “Poy” Flanegin, Alvaro Barrios, Nel Frank y Francis Arcaya. Despues di a tira Lot Calabas Blue Jays e campeon di Copa Noord 2019 cual porcierto tabata e ultimo Copa Noord cu a wordo organisa a enfrenta Bad Boys. Calabas Blue Jays no a perde pa gana y a sali brabo riba Bad Boys derotando Bad Boys atrabes di blackout 21-0 demostrando cu nan ta e ekipo pa tene cuenta cune bek den 2025. Calabas Blue Jays 21 careda, 20 hit, 1 error. Bad Boys 0 careda, 2 hit, 7 error. Rodney Kelly ta resulta pitcher ganador mientras Albert “Chomon” Boekhoudt ta bay cas cu e derota. Mihor bateadornan pa Calabas



Blue Jays ta Jerrold “Beep Beep” Martijn di 5-3, Marvin Brown, Alfred v/d Linden y Vince Ramada tur a bay di 4-3. Pa Bad Boys a destaca na plato Eusebio Kelly y Jean Marc Koolman kendenan a bay di 2-1. Copa Noord 2025 lo continua diasabra awor cu 3 partido amistoso 5pm,7pm y 9pm mientras diadomingo 25 di mei un table lo bula. Cuminsando pa 11 am Bad Boys lo enfrenta Stingers, sigui pa 1245pm Kudawecha Redskins vs Super Plus, 2.30pm Calabas Blue Jays lo topa Royal Power y pa 4.15pm Kudawecha Indians lo topa Salbabo.

Pues siman entrante Copa Noord lo bay ta hot y veld di Kudawecha ta unda bo mester ta. Copa Noord 2025 a la carga!

SUDOKU

		8		3		5	4	
3			4		7	9		
4	1				8			2
	4	3	5		2		6	
5								8
	6		3		9	4	1	
1			8				2	7
		5	6		3			4
	2	9		7		8		

8								
		3	6					
	7			9		2		
	5				7			
				4	5	7		
			1				3	
		1					6	8
		8	5				1	
	9					4		

							3	9
	8							5
		9		6		8		
		5		9				6
7								
		8	4		6			
		3		8			5	
	2		7			6		
4						1		

FORTALEZA PA FAMIA

Scirbi pa Pastor Marcel Balootje.

PONE BO CURASON CORECTO CU DIOS

Stima Senjor bo Dios,cu henter bo curason, y cu henter bo alma,y cu henter bo mente. Esaki ta e gran mandamento y e di prome. Y di dos ta semehante, Stima bo prohimo manera bo mes.

Ta parce manera e mandamento aki a wordo lubida , pasobra hende tin amor pa nan mes , y ta lubida riba nan prohimo, hende ta pensa solamente riba nan propio interes, y no ta wak interes di otro, y toch nan ta bisa cu nan ta stima Dios.

E prome caminda cu nos tin cu demostra nos amor pa Dios y pa nos prohimo, ta den nos cas, pasobra e union den famia ta locual Dios ta aprecia, pa asina hende por uni den oracion, y glorifica nos Tata cu ta den cielo.

Caminda dos of ta tres reuni den Mi nomber ey lo Mi ta meymey di nan.(Mateo 18:20).

Pa nos reuni den nomber di Senjor nos curason mester ta recto cu Senjor y cu nos prohimo,
Nos mester ta dispuesto pa pordona, y reconcilia cu otro pasobra asina nos demostra cu e amor di Dios ta biba den nos curason, no solamente di palabra , pero tambe di hecho.

Cada ken mester pone nan curason recto cu Dios, pasobra cada ken tin cu duna cuenta personal na Dios, ningun hende no por duna cuenta di otro, ni maske cuanto nan stima otro.

Pas Mi ta laga pa boso,Mi pas mi ta duna boso,no manera mundo ta duna, Mi ta duna boso. No laga boso curason bira intrankil, ni lage tene miedo.(Juan 14;27).

Nos tur por mira con pas ta wordo negocia entre Russia y Ucrania, y a base di esey nos por tuma un ehempel kico Dios ta papia di pas, pasobra eynan nos por mira cu e pas ey no ta di Dios, pasobra e condicionnan cu nan ta pone pa otro no ta bini di Dios, pero di curason cu kier domina otro.

E pas di Dios ta simpel. Berdadero, amabel, sin ningun clase di mamipulacion of discriminacion, puro sin hipocrecia, lew for di amargura, y cu hopi respet y amor pa otro.

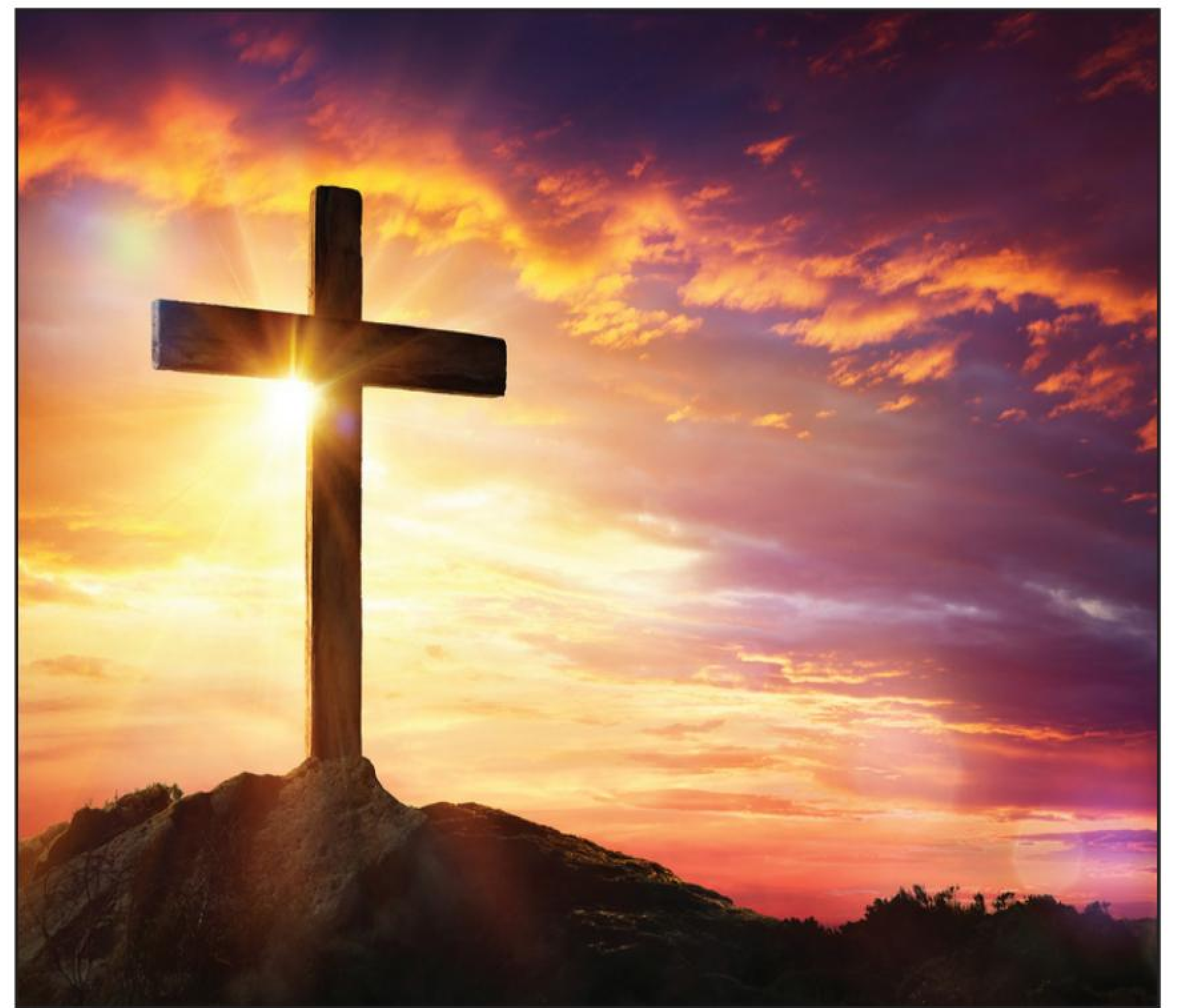
Ora nos curason ta recto cu Dios, nos por biba na pas cu otro, sin tin cu tira cos nan cara di otro, evita di tur manera pa ofende otro y bay den pasado di otro, ya cu nos ta consciente cu mescos cu Dios a pordona nos, nos picanan, tambe Dios ta pordona di nos prohimo.

Ta nos tur mester di Dios den nos bida, nos tur mester di Su misericordia . Su gracia, y Su fabor, ningun hende por biba independiente di Dios, Dios ta tur cos pa nos, y Dios ta donjo di tur cos.

Senjor ta serca di tur esnan cu ta sclama na dj"E den berdad. E lo cumpli cu e deseo di esnan cu ta tem"E:tambe e lo tene nan sclamacion y lo salba nan. (Salmo 145:18).

Un cos mi ta desea di Senjor,esey lo mi busca,cu mi por keda den e cas di Senjor, tur e dianan di mi bida, pa contempla e bunitesa di Senjor, y pa medita den Su tempel.(Salmo 27;4).

Pesey esun cu confesa Mi dilanti di hende, esey lo Mi confesa tambe dilanti di Mi Tata cu ta den cielo. Ma ken cu ninga Mi dilanti di hende, esey Mi tambe lo nenga dilanti Mi tata cu ta den cielo.(Mateo 10;32).



Oracion di dia

Un feliz dia yena di hopi fe y speransa den nos bon Dios

"...sino conta e generacion venidero: esta gloria di Señor, su poder, ye cosnan milagroso c'El a haci." (Salmo 78, 4bc)
E Evangelio di awe ta cuadra, manera semper, tempo cu ami tabatamucha. Mi mayornan semper tabata educa mi tocante di Dios, CristoHesus y Spirito Santo. Y un Bijbel no tabata haci falta. Haci oracionta cos di tur dia. Y sin falta bishita e cas di Dios.
Awendia nos ta ripara e generacion di awo, no tin mucho balor pa cuDios. Pero anos a sigui conta nos yiunan tocante di Dios manera nosgrandinan a haci? Anos a siña e hubentud tocante e milagronan ysacrificio cu Cristo Hesus a haci? Of di e donnan cu Spirito Santo tinpa nos? Y anos a tene man di nos yiunan, hibando nan, tur siman, pacas di Dios pa scucha su Palabra? Ban sigui cu e bunita custumber cunos grandinan a haci. Ban sigui hiba e futuro generacion ariba ecaminda cu Cristo Hesus a traha pa nos. "...pa nan tambe confia denSEÑOR, no lubida Dios su obranan grandi..."(Sal 78, 7)
Oracion: Señor mi Dios motiva mi y guia mi, cu yudansa di SpiritoSanto, ariba mi responsabilidad pa conta y educa e generacion nobo di
Bo Maraviya.
Y inspira nan pa nan sigui conta na e siguiente generacion.
Amen.